

ಒಟ್ಟು ಮುದ್ರಿತ ಪುಟಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 12]

Total No. of Printed Pages : 12]

ಒಟ್ಟು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 34]

Total No. of Questions : 34]

ಸಂಕೇತ ಸಂಖ್ಯೆ : **90-EK**

Code No. : **90-EK**

A

**CCE RF
CCE RR**

NSQF LEVEL-2

Question Paper Serial No. **101**

ಇಲ್ಲಿಂದ
ಒಡ್ಡು

ವಿಷಯ : **ಬ್ಯೂಟಿ ಮತ್ತು ವೆಲ್‌ನೆಸ್**
Subject : Beauty & Wellness

(ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಮಾಧ್ಯಮ / **Kannada and English Medium**)

(ಶಾಲಾ ಅಭ್ಯರ್ಥಿ & ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಶಾಲಾ ಅಭ್ಯರ್ಥಿ / **Regular Fresh & Regular Repeater**)

ದಿನಾಂಕ : 08. 04. 2022]

[Date : 08. 04. 2022

ಸಮಯ : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10-30 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12-45 ರವರೆಗೆ]

[Time : 10-30 A.M. to 12-45 P.M.

ಗರಿಷ್ಠ ಅಂಕಗಳು : 60]

[Max. Marks : 60

ಪರೀಕ್ಷಾರ್ಥಿಗಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು :

General Instructions to the Candidate :

1. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ಮತ್ತು ವಿಷಯನಿಷ್ಠ ಮಾದರಿಯ ಒಟ್ಟು 34 ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.
This Question Paper consists of objective and subjective types of 34 questions.
2. ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಹಿಮ್ಮುಖ ಜಾಕೆಟ್ ಮೂಲಕ ಮೊಹರು (ಸೀಲ್) ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಸಮಯಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯ ಬಲಬದಿ ಪಾರ್ಶ್ವವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ, ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಪುಟಗಳು ಇವೆಯೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
This question paper has been sealed by reverse jacket. You have to cut on the right side to open the paper at the time of commencement of the examination. Check whether all the pages of the question paper are intact.
3. ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ ಮತ್ತು ವಿಷಯನಿಷ್ಠ ಮಾದರಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿ.
Follow the instructions given against both the objective and subjective types of questions.
4. ಬಲ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಅಂಕಗಳು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗಿರುವ ಪೂರ್ಣ ಅಂಕಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ.
Figures in the right hand margin indicate maximum marks for the question.
5. ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಓದಿಕೊಳ್ಳಲು 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲಾವಕಾಶವು ಸೇರಿದಂತೆ, ಉತ್ತರಿಸಲು ನಿಗದಿಪಡಿಸಲಾದ ಸಮಯವನ್ನು ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.
The maximum time to answer the paper is given at the top of the question paper. It includes 15 minutes for reading the question paper.

101

✂ **RF/RR(A)-(200)-9105** ✂

[Turn over

TEAR HERE TO OPEN THE QUESTION PAPER
ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ತೆರೆದಿ
ಇಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಿ

Tear here

- I. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಪೂರ್ಣ ಹೇಳಿಕೆಗಳಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಆರಿಸಿ, ಅದರ ಕ್ರಮಾಕ್ಷರದೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ಣ ಉತ್ತರವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ :

10 × 1 = 10

Four alternatives are given for each of the following questions / incomplete statements. Choose the correct alternative and write the complete answer along with its question number and alphabet :

1. ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ನಿದ್ರೆಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ



- (A) ಆಯಾಸ; ಸೃಜನಶೀಲತೆ ಕುಂಠಿತಗೊಳ್ಳುವುದು
 (B) ಉತ್ತಮ ಏಕಾಗ್ರತೆ; ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಸುವುದು
 (C) ಸೋಮಾರಿತನ; ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವುದು
 (D) ತೂಕ ಹೆಚ್ಚುವುದು; ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕುಂಠಿತಗೊಳ್ಳುವುದು

The effect of sound sleep among the following is



- (A) Fatigue; reduced creativity
 (B) Better concentration; improved immunity
 (C) Laziness; unable to cope up with stress
 (D) Weight gain; reduced immunity



2. ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೂದಲ ಆರೈಕೆಯ ಭಾರತೀಯ ಉತ್ಪನ್ನ

- (A) ಲ್ಯಾಕ್ಮೆ (B) ವೆಲ್ಲಾ
 (C) ಸನ್‌ಸಿಲ್ಕ್ (D) ಲೋರಿಯಲ್



The Indian hair care product among the following is



- (A) Lakme (B) Wella
 (C) Sunsilk (D) L' Oreal



3. ಬಿಗಿಯಾದ ಮತ್ತು ಸತ್ತ ಚರ್ಮದ ತುಣುಕುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಚರ್ಮದ ವಿಧ

(A) ಸಾಮಾನ್ಯ ಚರ್ಮ

(B) ತೈಲಯುಕ್ತ ಚರ್ಮ

(C) ಮಿಶ್ರಿತ ಚರ್ಮ

(D) ಒಣ ಚರ್ಮ



A skin type that may feel tanned and shows flakes of dead skin is

(A) normal skin

(B) oily skin

(C) combination skin

(D) dry skin



4. ಪೆಡಿಕ್ಯೂರ್ ಮಾಡುವಾಗ ಹೊರಪೊರೆಯನ್ನು (ಕ್ಯೂಟಿಕಲ್ ಅನ್ನು) ಹಿಂಬದಿಗೆ ತಳ್ಳಲು ಬಳಸುವ ಸಾಧನ,

(A) ಮೃದುಕಾರಕ (ಕ್ಯೂಟಿಕಲ್ ಸಾಫ್ಟ್ವರ್)

(B) ಉಗುರು ಅರ (ನೈಲ್ ಫೈಲರ್)

(C) ಕ್ಯೂಟಿಕಲ್ ಪುಶರ್

(D) ನೈಲ್ ಬಫರ್



The tool used to roll back the cuticle during pedicure is

(A) cuticle softener

(B) nail filer

(C) cuticle pusher

(D) nail buffer



5. ಮೆಹಂದಿ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ತುಂಬುವ ಕೋನ್‌ಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಮೈಲಾರ್ ಶೀಟ್ ಅನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು,

(A) ಕರ್ಷಕ ಬಲ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್‌ರೋಧವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ

(B) ಆಕರ್ಷಕ ಬಣ್ಣವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ

(C) ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ

(D) ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಗ್ರಹಣಾ ಅವಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ



Mylar sheet is used to make mehendi filling cones, because it

(A) has high tensile strength and electrical insulation

(B) gives attractive colour

(C) absorbs moisture

(D) has longer shelf-life



6. ರಿಫ್ಲೆಕ್ಸಾಲಜಿಸ್ಟ್‌ರವರು ಕೈಗಳ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ಕೈಗಳಲ್ಲಿರುವ ಒತ್ತಡ ಬಿಂದುಗಳು



- (A) ಬೆರಳುಗಳ ತುದಿಯಲ್ಲಿವೆ (B) ಹೆಚ್ಚು ಆಳದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ
(C) ದುರ್ಬಲವಾಗಿವೆ (D) ಬಹಳ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿವೆ



Reflexologists apply more pressure on the hands because the reflex points in the hands are

- (A) present in the finger tip (B) much deeper
(C) weaker in hands (D) very delicate



7. ಮೆನಿಕ್ಯೂರ್ ಮಾಡುವಾಗ ಚರ್ಮವನ್ನು ನಯವಾಗಿ, ತೇವಾಂಶಪೂರಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮೃದುವಾಗಿಸಲು ಬಳಸುವ ವಸ್ತು

- (A) ಸುಗಂಧ ತೈಲ (B) ಖನಿಜ ತೈಲ
(C) ಸ್ತಬರ್ (D) ಕೈಗಳ ಕ್ರೀಮ್ / ಲೋಶನ್



A substance used to smoothen, rehydrate and soften skin during manicure is

- (A) an aromatic oil (B) a mineral oil
(C) a scrubber (D) a hand cream/lotion



8. ಉಗುರು ಬಣ್ಣ ನಿವಾರಕದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಕೆ ಮಾಡುವ ಸಾವಯವ ಸಂಯುಕ್ತ

- (A) ನೈಟ್ರೋಸೆಲ್ಯುಲೋಸ್ (B) ಸಿಲ್ವರ್ ಹಾಲ್ಯೆಡ್
(C) ಅಸಿಟೋನ್ (D) ಟಾಸಿಲ್ ಅಮೈಡ್



An organic compound that is commonly used in nail polish remover is

- (A) nitrocellulose (B) silver halide
(C) acetone (D) tosyl amide



9. ಉಸಿರಾಟದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕವಾದ ಸಾರೀಭೂತ ತೈಲ



(A) ಜೆರೇನಿಯಂ

(B) ನೀಲಗಿರಿ ತೈಲ

(C) ಲ್ಯಾವೆಂಡರ್



(D) ಪುದೀನ ತೈಲ

An essential oil that is helpful in treating respiratory problem is

(A) geranium

(B) eucalyptus oil



(C) lavender

(D) peppermint oil

10. ಸಂವೇದನಾಶೀಲ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಫೌಂಡೇಶನ್



(A) ಸುಗಂಧರಹಿತ ಫೌಂಡೇಶನ್

(B) ದ್ರವರೂಪದ ಫೌಂಡೇಶನ್

(C) ಸ್ಟಿಕ್ ಫೌಂಡೇಶನ್

(D) ಕ್ರಿಮ್ / ಕೆನೆ ಫೌಂಡೇಶನ್

A suitable foundation for a sensitive skin is

(A) no perfume foundation

(B) liquid foundation

(C) sticks foundation



(D) cream foundation

II. ಸೂಕ್ತವಾದ ಉತ್ತರದಿಂದ ಬಿಟ್ಟಿರುವ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಭರ್ತಿ ಮಾಡಿ :

4 × 1 = 4

Fill in the blanks with suitable answer :



11. ಶರೀರದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ದುರಸ್ತಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಆಹಾರದ ಘಟಕ

The constituent of food which brings about growth and repair in the body is



12. ಸತ್ತ ಚರ್ಮಕೋಶಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯುವ ಒಂದು ಯಾಂತ್ರಿಕ ವಿಧಾನ

A mechanical method of exfoliation is



13. ಕೂದಲನ್ನು ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಳಿಸುವ ಹಣೆಯ ಭಾಗದ ಒತ್ತಡ ಬಿಂದು

The pressure point at the temple region that revitalises the hair is

14. ಕೂದಲನ್ನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನಿವಾರಿಸುವ ವಿಧಾನ



A method of removing the hair permanently is

III. 15. **A-ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ B-ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಕೂದಲ ಆರೈಕೆಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಸಿ, ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಕ್ರಮಾಕ್ಷರಗಳೊಂದಿಗೆ ಬರೆಯಿರಿ : 4 × 1 = 4**

Match the functions given in Column-A with their hair care products given in Column-B and write correct answer along with its letter :

A-ಪಟ್ಟಿ

Column-A



B-ಪಟ್ಟಿ

Column-B

i) ಜಿಡ್ಡು, ಕೊಳೆ, ತಲೆಹೊಟ್ಟು, ಚರ್ಮದ ಕಣಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ

Removes oil, dirt, dandruff, skin particles

ii) ಕೂದಲಿಗೆ ಹೊಳಪನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಿಕ್ಕಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ

Gives shining to the hair and stops tangling

iii) ತಲೆಬುರುಡೆಗೆ ಹಬೆ ನೀಡಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ

Useful to steam the scalp

iv) ಕೂದಲನ್ನು ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ

Useful to alter the texture and appearance of the hair

a) ಸೀರಮ್

Serum

b) ಹೆಡ್ ಸ್ಟೀಮರ್

Head steamer

c) ಬಾಚಣಿಗೆ

Comb

d) ಶ್ಯಾಂಪೂ

Shampoo

e) ಮಾಯಿಶ್ಚರ್ಮಿಸರ್

Moisturizer

f) ಕಂಡೀಷನರ್

Conditioner

g) ಕೇಶ ತೈಲ

Hair oil



IV. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ :

6 × 1 = 6

Answer the following questions :

16. ಉತ್ತಮ ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಹಾಲಿನ ಸೇವನೆ ಹೇಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ ?

How is the consumption of warm milk beneficial in getting sound sleep ?



17. ಸೌಂದರ್ಯ ಉದ್ಯಮದಲ್ಲಿ ಉತ್ಪಾದಕರ ಪಾತ್ರವೇನು ?

What is the role of the manufacturer in the beauty industry ?

18. “ಶ್ಯಾಂಪೂ ಬಳಸಿದ ನಂತರ ಕೂದಲನ್ನು ತಣ್ಣಗಿನ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯುವುದು ಉತ್ತಮ.” ಏಕೆ ?



"It is better to rinse the hair with cool water after shampooing." Why ?

19. ಕಾಲಿನ ಆರೈಕೆಯ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಎರಡು ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಬ್ರಾಂಡ್‌ಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ.



Name any *two* international brands manufacturing foot care products.

20. ಅಗ್ರಸುಗಂಧ ಸಾರಯುಕ್ತ ತೈಲಗಳಿಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಎರಡು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಿ.

Give any *two* examples for top note essential oils.



21. “ಮೆನಿಕ್ಯೂರ್ ಮಾಡುವಾಗ ಉಗುರುಗಳನ್ನು ಕೆಲವು ಹನಿ ಸಾಬೂನನ್ನು ಹಾಕಿರುವ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸುವುದು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ.” ಏಕೆ ? ಕಾರಣ ಕೊಡಿ.

"It is advantageous to soak nails for a few minutes in warm water having few drops of soap during manicure." Why ? Give reason.



V. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ :



6 × 2 = 12

Answer the following questions :

22. ಫೇಶಿಯಲ್ ಮಾಡಿಸುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

Write the advantages of facial.



ಅಥವಾ/OR

ಸಡಿಲ / ಅರೆಪಾರದರ್ಶಕ ಪೌಡರ್‌ನ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

Write the benefits of loose translucent powder.



23. “ವ್ಯಾಕ್ಸಿಂಗ್ ವಿಧಾನವು ಇತರ ರೋಮನಿವಾರಕ ವಿಧಾನಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.” ವಿವರಿಸಿ.

"Waxing is a more advantageous method than other methods of removing hair." Explain.



24. ಡೈರಿ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು ನಮ್ಮ ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿರಬೇಕು. ಏಕೆ ?

Dairy products should be a part of our balanced diet. Why ?



ಅಥವಾ/OR

ಸಂಪೂರ್ಣ ಧಾನ್ಯಗಳ ಸೇವನೆಯು ಸಂಸ್ಕರಣೆ ಮಾಡಿದ ಧಾನ್ಯಗಳ ಸೇವನೆಗಿಂತಲೂ ಉತ್ತಮ. ಏಕೆ ?

Consuming whole grains is better than consuming refined grains. Why ?



25. ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಕಾಲಿನ ವ್ಯಾಕ್ಸಿಂಗ್ ಮಾಡಿಸುವವರಿಗೆ ನೀಡಬಹುದಾದ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿ.

List the tips that can be given to the beginners in leg waxing.



26. ಮೆಹಂದಿಯ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸುವ ಯಾವುದಾದರೂ ನಾಲ್ಕು ಸಂಯೋಜಕಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

Mention any *four* additives added to henna paste.



27. ಮೊಡವೆಗಳು ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣವಾದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

Write the causes for the formation of acne.



VI. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ :

4 × 3 = 12

Answer the following questions :

28. ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ ಎಂದರೇನು ? ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಪ್ರಮುಖ ಆಹಾರ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

What is a balanced diet ? Mention the main food groups present in balanced diet.



29. ಮೆನಿಕ್ಯೂರ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಬಳಸುವ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿ.

List the tools used in manicure.



30. ತಲೆಹೊಟ್ಟು ನಿವಾರಕ ಶ್ಯಾಂಪೂವಿನಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಮೂರು ಘಟಕಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ. ಅವುಗಳ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

Name any *three* ingredients present in anti-dandruff shampoo. Mention their function.



ಅಥವಾ/OR

ಕೂದಲಿನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಹೇರ್ ಸ್ಪಾದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

Explain the role of hair spa in improving the health of hair.

31. ಪೆಡಿಕ್ಯೂರ್‌ನಲ್ಲಿ ಕ್ಯೂಟಿಕಲ್ ಅನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವ ಹಂತಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.



Mention the steps of cuticle removing in pedicure.

VII. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ :

3 × 4 = 12

Answer the following questions :



32. ಮುಖದ ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಪಾಲಿಸಬೇಕಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿ.

List the guidelines to be followed while bleaching the face.



ಅಥವಾ/OR

ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸದೇ ಮುಖವನ್ನು ಬ್ಲೀಚ್ ಮಾಡುವ ಯಾವುದಾದರೂ ನಾಲ್ಕು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.



Write any *four* methods of face bleaching without using chemicals.

33. ಸೌಂದರ್ಯ ಮತ್ತು ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಉದ್ಯೋಗಿಗಳ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ :

a) ಉಗುರು ತಂತ್ರಜ್ಞ



b) ಮಾರಾಟ ಪ್ರತಿನಿಧಿ

Write the role of following employees in a beauty and wellness sector :

a) Nail technician



b) Sales representative

34. 'ಆಯುರ್ವೇದ' ಪದದ ಅರ್ಥವೇನು ? ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಯ ಗುರಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ಯೋಗಾಸನದ ಯಾವುದಾದರೂ ನಾಲ್ಕು ಭಂಗಿಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ.

What is the meaning of the word "Ayurveda" ? Mention the aims of Ayurveda. Name any four yoga poses.



ಅಥವಾ/OR

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಹತ್ತುವ ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.



Write the benefits of stair climbing exercise for a good health.



